

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tahun 2020 diawali dengan segala harapan serta keinginan untuk menjadi lebih baik dari tahun sebelumnya. Rencana, harapan, keinginan, kegiatan, perjalanan, perkuliahan, perekonomian nyatanya tunduk akibat pandemi covid-19 yang terjadi di seantero dunia. Tak terkecuali di Indonesia. Kasus covid-19 pertama kali menyeruak pada bulan Desember 2019, tepatnya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Tiongkok. Covid-19 merupakan penyakit yang menyerang sistem pernapasan mirip dengan pneumonia yang muncul di Wuhan (Huang dkk, 2020). Dilansir dari laman [catchmeup.id](https://www.catchmeup.id), kasus positif pertama di Indonesia terjadi pada tanggal 2 Maret 2020. Dua orang yang merupakan ibu dan anak menjadi ‘orang pertama’ yang terbukti positif covid-19. Sejak 2 Maret 2020 hingga 25 Februari 2021 terdapat total 1.314.634 jumlah kasus covid-19.

Dilansir dari laman resmi WHO, covid-19 tidak hanya menyerang manusia secara fisik, pun juga secara mental maupun materi secara tidak langsung. Menurut Rena ketika diwawancarai oleh CNN Indonesia, pandemi covid-19 membawa pengaruh pada kesehatan mental. Dalam jangka pendek, bisa memicu stress, cemas, serangan panik, psikosomatis, perubahan pola makan dan tidur, serta gangguan konsentrasi (<https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20201111203733-255-568759/kenali-stres-akibat-pandemi-dan-cara-mengatasinya>). Dari sisi ekonomi banyak sekali individu yang kehilangan pekerjaan, bisnisnya tidak memiliki pelanggan, pemotongan upah, dan lain-lain. Tak luput, pendidikan pun terkena

imbasnya. Pendidikan sendiri merupakan salah satu faktor yang sangat penting bagi kehidupan manusia dalam rangka mencapai cita-cita dan tujuan yang diharapkan. Oleh sebab itu pendidikan tetap harus dilaksanakan sebaik mungkin dengan mengerahkan berbagai faktor penunjang. Sagala (2013) berpendapat bahwa pendidikan adalah proses yang tanpa akhir (*education is the process without end*), dan pendidikan merupakan proses pembentukan kemampuan yang fundamental baik menyangkut daya pikir, daya intelektual, maupun emosional perasaan. Karenanya, proses belajar menjadi kunci untuk keberhasilan pendidikan agar proses belajar menjadi berkualitas membutuhkan tata layanan yang berkualitas pula. Berdasarkan pernyataan tersebut maka diketahui bahwa pendidikan harus berjalan dalam keadaan apapun.

Adanya pandemi covid-19 mengakibatkan pendidikan dilakukan secara daring (dalam jaringan/*online*), tatap muka melalui aplikasi maupun media sosial *whatsapp*. Perkuliahan atau pembelajaran daring ini merupakan solusi yang muncul akibat dari pandemi covid-19 yang tak kunjung mereda. Dilansir dari situs detik manado, UNESCO mengungkapkan pandemi covid-19 ini mengancam 577 juta pelajar di dunia dengan total ada 39 negara yang menerapkan penutupan kegiatan belajar mengajar. Total jumlah mahasiswa perguruan tinggi yang berisiko kurang lebih mencapai delapan puluh ribuan orang (80.000). Perkuliahan daring ini memang tidaklah sempurna. Sebab ada beberapa fakultas yang memiliki mata kuliah praktik tidak dapat menjalankannya. Seluruh mata kuliah yang disajikan hanya menggunakan materi yang telah disusun sebelumnya oleh dosen. Sistem pengajarannya sebagian besar satu arah. Dosen kepada mahasiswa.

Perubahan proses pembelajaran yang terjadi tidak serta merta dapat berjalan dengan baik. Melalui wawancara terhadap lima orang mahasiswa, serta menganalisis unggahan beberapa pengguna sosial media twitter mengenai sistem belajar mengajar secara online. Terdapat problema yang muncul pada mahasiswa, diantaranya:

- a. Pembelajaran via daring tidak terlalu maksimal. Sebab mahasiswa merasa seakan belajar sendiri, hanya diberi materi saja.
- b. Akses internet yang terbatas (sinyal) serta menghabiskan banyak kuota.
- c. Meski tidak hadir ke kampus untuk kuliah, mahasiswa tetap membayar UKT/SPP. Sementara pembayaran UKT tidak turun,
- d. Pembelajaran praktik ditiadakan, pencarian data untuk tugas akhir menjadi tertunda, bimbingan tugas akhir menjadi tertunda.

Ketidakpastian keadaan yang terjadi saat ini mempengaruhi individu secara langsung maupun tidak langsung. Mahasiswa sebagai insan dewasa dituntut untuk dapat mengembangkan potensi secara maksimal meskipun terjadi perubahan dalam proses belajar mengajar. Mahasiswa diharapkan memiliki kecerdasan komprehensif, yang tidak hanya didapatkan atau menekuni ilmu dalam bidangnya saja, melainkan juga harus beraktivitas untuk mengembangkan *softskill*-nya. Ketidakpastian keadaan ini mengakibatkan pola kehidupan menjadi tidak baik atau tidak menjadi seperti yang diharapkan. Hal tersebut dapat mempengaruhi seseorang dalam mencapai *flourishing*. Dimana *flourishing* merupakan pengalaman hidup yang berjalan dengan baik, serta merupakan kombinasi dari perasaan baik (*good feeling*) dan berfungsi secara efektif.

Flourishing sendiri merupakan sinonim dari level kesejahteraan mental yang tinggi dan melambangkan kesehatan mental (Huppert, 2009; Keyes, 2002). Inilah mengapa penting bagi mahasiswa untuk memiliki tingkat *flourishing* yang baik. Sebab *flourishing* merupakan salah satu konsep yang krusial dalam psikologi positif, yaitu suatu keadaan dimana seseorang atau suatu kelompok mengalami perkembangan yang penuh dari pribadinya sehingga dapat menjalankan fungsi-fungsi kehidupannya dengan baik pula. Berkembang-penuhnya pribadi seseorang tersebut karena telah menjalani hidup yang baik (Yuspendi, 2017). Schotanus-Dijkstra, dkk (2015) menyebutkan dalam penelitiannya, bahwa orang dengan pendidikan tinggi memiliki potensi untuk mencapai konsep *flourishing* sempurna.

Kegiatan belajar mengajar yang masih belum stabil diakibatkan pandemi covid-19 secara tidak langsung mempengaruhi mahasiswa dalam mencapai *flourishing*. Keterganggunya hal tersebut bisa dikarenakan faktor kesehatan mental, serta ketidakpastian yang terjadi.

Peneliti coba menggali data awal tentang *flourishing*, dilakukan secara acak kepada pengguna media sosial *twitter*. Penggalan data awal tersebut menggunakan kuesioner terbuka secara daring ‘*google form*’ pada tanggal 12-15 Maret 2020. Didapatkan 76 partisipan yang mengisi dengan rentang usia 17-40 tahun, dari yang masih sekolah hingga sudah berkeluarga. Pertanyaan pada kuisisioner terbuka tersebut merepresentasikan lima pilar *flourising* dari Selligman (2002) yang diberi nama PERMA. Terdiri atas *positive emotion*, *engagement*, *positive relationship*, *meaning*, dan *achievement*. Setelah dilakukan analisis data menggunakan lima pilar *flourishing* PERMA. Diketahui seluruh responden (100%)

tidak mencapai/memenuhi dengan sempurna tahapan/konsep *flourishing*. Dengan rincian sebagai berikut 35,06% responden tidak memenuhi seluruh aspek; 25,97% responden memenuhi 1 aspek saja; 24,67% responden memenuhi 2 aspek; 9,09% responden memenuhi 3 aspek; dan 5,19% responden memenuhi 4 aspek.

Flourishing sendiri dapat tercapai jika kelima pilar PERMA tadi terpenuhi. Diantaranya adalah; *positive emotion, engagement, positive relationship, meaning, dan achievement*. Keseluruhan dari lima pilar itu sebenarnya saling mempengaruhi satu sama lain. Referensi lain mengatakan bahwa emosi positif (*good feeling*) adalah kunci dari *flourishing*, sehingga dapat dikatakan jika empat pilar yang lain baik atau bagus atau terpenuhi maka emosi positif juga pasti akan terpenuhi. Pemenuhan konsep *flourishing* ini sama perlunya dengan pentingnya kita menjaga kesehatan mental. Lebih dari itu konsep ini akan jauh lebih tinggi, lebih stabil, lebih dapat bertahan lama, dan dapat membuat diri individu yang memiliki ini menjadi *flourish* atau berkembang.

Kenyataannya, dengan adanya sistem pembelajaran secara *online*, menimbulkan berbagai macam reaksi yang berbeda-beda pada mahasiswa. Reaksi tersebut terbagi menjadi dua; menerima dan menolak. Menerima keadaan saat ini dan melanjutkan kegiatan dengan metode yang diubah. Menolak keadaan saat ini dan menginginkan kegiatan yang sama seperti sebelum terjadi pandemi. Perbedaan reaksi ini tidak sedikit yang disebabkan oleh perbedaan *mindset*. *Mindset* (pola pikir) pada masing-masing individu itu berbeda pada sifat kelunakannya dalam atribusi pribadi seperti kepribadian dan kecerdasan (Alatorre, 2020). *Mindset* sendiri adalah sebuah keyakinan yang berorientasi pada bagaimana individu

menangani situasi, bagaimana individu mengatasi apa yang sedang terjadi pada dirinya.

Mindset bertumbuh didalilkan untuk melindungi diri dari dampak buruk peristiwa kehidupan yang negatif, sebagian besar disebabkan oleh karena kognisi yang maladaptif, seperti percaya bahwa individu itu tetap (tidak mengalami pertumbuhan), hal tersebut juga bisa menjadi pertanda psikopatologi (Beck dalam Burnette, 2020). Sehingga bisa dikatakan bahwa *mindset* bertumbuh sangat diperlukan oleh individu, sebab akan membantu individu dalam menentukan tujuannya, serta hasil akhir, dan apa-apa saja yang diinginkan dalam hidup.

Bagi para mahasiswa yang memiliki *mindset* yang bertumbuh, maka akan mampu menjalani fungsinya secara optimal di tengah perubahan yang dialami selama pandemi covid-19 dengan baik, serta memiliki rencana-rencana kedepannya. Sebaliknya, bagi para mahasiswa yang memiliki *mindset* tetap (tidak bertumbuh, mereka tidak beranggapan bahwa individu itu dapat bertumbuh atau berkembang, sehingga mereka akan *stuck* di tempatnya, dan hanya mengikuti kegiatan dengan apa yang dimilikinya saat ini. Hal tersebut dapat menghalangi mereka untuk mencapai konsep *flourishing*. Misalnya ketika para mahasiswa memiliki *mindset* tetap, maka ia tidak berpikir panjang selama pandemi, cenderung mengutuk keadaan, serta akan tetap disitu-situ saja. Sedangkan mahasiswa dengan *mindset* bertumbuh akan memanfaatkan waktu dengan mencari keahlian-keahlian tambahan, mengikuti webinar, serta kelas-kelas yang dapat meningkatkan kemampuan serta kompetensi.

Oleh sebabnya, dibutuhkan perlakuan dari diri sendiri untuk membentuk *mindset* bertumbuh. Pembentukan *mindset* bertumbuh ini adalah hal yang dilakukan secara sengaja. Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mencapai hal tersebut secara bertahap dan sabar dalam membentuknya melalui; melawan tantangan dan belajar dari kegagalan yang dialami, menanamkan bahwa usaha terbaik akan membuahkan hasil yang terbaik, terbuka dengan kritik, mencari inspirasi dari sosok yang telah sukses, serta menekankan pada diri bahwa kemampuan adalah hal yang bisa dipelajari dan dikembangkan (Jacobs, 2019). Pada akhirnya mahasiswa akan memiliki *mindset* bertumbuh yang akan menjadikan diri memiliki tujuan, mencapai *goals*, memiliki pencapaian, serta keinginan untuk meningkatkan keahlian yang nantinya akan bermuara pada konsep *flourishing achievement*.

Mindset tetap cenderung tertutup dengan kemampuan diri yang sebenarnya. Menganggap diri tidak dapat berkembang/bertumbuh, serta memahami bahwa dirinya akan berada di posisi ini selama-lamanya. Hal ini berkenaan dengan kognisi seseorang. *Mindset* seharusnya diasosiasikan dengan tujuan belajar dan orientasi menuju/mencapai sebuah tujuan akhir maupun kemahiran dalam melakukan sesuatu (Burnette, O'Boyle, VanEpps, Pollack & Finkel, 2013) maka *mindset* memiliki peranan penting dalam pemenuhan konsep *flourishing* pada aspek *achievement*. Dimana individu akan berfokus pada pencapaian-pencapaian apa saja yang ia inginkan dalam hidup. Dengan *mindset* yang tepat guna, maka hal tersebut akan sangat mudah dalam dicapai (Seligman, 2002). Begitupun sebaliknya yang terjadi dengan individu dengan *mindset* tetap.

Mindset tetap ini tidak hanya akan dirasakan bagi dirinya sendiri, namun secara tidak langsung bisa mempengaruhi orang lain juga melalui saran, perilaku, serta ucapan. Hal tersebut mengakibatkan dirinya menjadi orang yang *toxic* bagi orang lain, berefek buruk bagi dirinya, dijaui rekan, bahkan dapat mengakibatkan stress. Stress yang dialami bagi individu tersebut sebenarnya dapat diatasi dengan strategi-strategi yang biasa disebut dengan koping stress.

Salah satu strategi yang mempunyai peran penting terhadap perkembangan *flourishing* adalah koping. Sarafino (2014) menyatakan bahwa koping sebagai suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola stress yang ada dengan cara tertentu. Lazarus & Folkman (Hawthorne, 2011) koping adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi stressful. Menurut Lazarus & Folkman (Hawthorne, 2011) mekanisme koping adalah perubahan kognitif dan perilaku secara konstan dalam upaya untuk mengatasi tuntutan internal serta eksternal khusus yang melelahkan atau melebihi kekuatan individu itu sendiri.

Sementara itu spiritual didefinisikan sebagai atribut yang dimiliki setiap manusia, yaitu sifat dasar yang dimiliki sejak lahir hingga meninggal (McCarrol, 2005). Spiritual memiliki karakter yang dinamis; dapat berkembang, berubah bentuk, atau bahkan menjadi tidak terlihat (Herzen-Niejodek dan Gruszyńska, 2004). Dalam beberapa definisi, transendensi merupakan elemen kunci dari spiritual (Chiu, 2004). Pargament (Mume dan Ilesanmi, 2017) dalam penelitiannya

menyatukan dua variabel ini menjadi satu, ia merumuskan suatu cara untuk mengatasi stress dengan menggunakan sisi keagamaan. Pargament mengacu pada model stress transaksional dengan asumsi bahwa individu akan turut aktif menafsirkan dan bereaksi terhadap stressor (Hawthorne, 2011).

Hasil peneitian yang dilakukan oleh Yuspendi (2017) yaitu mengenai peran *voluntary activities* dan coping terhadap perkembangan *flourishing* pada 372 responden berusia di atas 18 tahun. Penelitian ini menghasilkan temuan bahwa religius coping (positif dan negatif) menjadi bagian yang dapat mempengaruhi perkembangan *flourishing*.

Penelitian yang dilakukan oleh Kent, Henderson, Bradshaw, Ellison, dan Wright (2020) menemukan fakta bahwa *daily spiritual experiences* atau pengalaman spiritual sehari-hari yang pada penelitian ini dioperasionalkan menjadi kegiatan spiritualitas sehari-hari dengan tingkat yang tinggi dapat menurunkan level depresif inividu dan mampu meningkatkan individu untuk mencapai *flourishing*. Beberapa literatur menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan antara *flourishing* dengan spiritualitas. Spiritualitas memberikan kontribusi yang cukup signifikan terhadap *flourishing* (Dowson, Devenish, Miner, 2012). Bentuk spiritualitas tersebut diantaranya seperti dengan merasakan kehadiran Tuhan, merasa dicintai Tuhan, dan merasakan kedamaian di dalam diri (Park & Roh, 2013).

Beberapa penelitian menemukan bahwa coping spiritual dapat memoderasi hubungan antara stres dan kesejahteraan individu (Adam dan Ward, 2016). Penelitian yang dilakukan Kefenie (2020) dengan judul Hubungan antara

flourishing dan dukungan religius pada jamaah gereja di Ethiopia menyatakan bahwa dukungan religius (spiritual) berkontribusi pada kesejahteraan psikososial para jamaah gereja.

Selain *mindset* dan spiritual koping, faktor lain yang mempengaruhi *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi covid-19 adalah dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan dukungan yang dilakukan oleh orang terdekat seperti keluarga, teman, sahabat, maupun pasangan yang dapat memberikan kenyamanan fisik dan psikologis bagi individu yang diberi dukungan (Maslihah, 2011). Sejalan dengan pendapat tersebut, Bukhori (2012) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu hubungan interpersonal di mana orang-orang terdekat memberikan bantuan kepada individu. Aspek-aspek dari dukungan sosial meliputi dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang-orang terdekat.

Hasil penelitian dari Bukhori (2012) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap kesehatan mental. Perubahan sosial yang dialami tidaklah mudah dan besar kemungkinannya untuk memunculkan dampak negatif. Dalam hal ini mahasiswa perantau membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya untuk mengurangi dampak negatif yang dirasakan agar afek negatif yang dirasakan dapat berkurang dan terjaganya kestabilan kesejahteraan subjektif. Hasil penelitian Hasibuan dkk (2018) juga menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang paling konsisten mempengaruhi *flourishing*. Mendukung pernyataan tersebut, hasil penelitian yang dilakukan oleh Schotanus-Dijkstra, dkk (2015) menyatakan bahwa faktor situasi dalam hal ini dukungan sosial memiliki kontribusi yang signifikan dengan *flourishing*.

Menurut Cobb (dalam Sarafino, 2014) dukungan sosial diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang-orang atau kelompok-kelompok lain. Dukungan sosial timbul oleh adanya persepsi bahwa terdapat orang-orang yang akan membantu apabila terjadi suatu keadaan atau peristiwa yang menaikkan perasaan positif serta mengangkat harga diri. Adanya perasaan didukung oleh lingkungan membuat segala sesuatu menjadi mudah terutama pada waktu menghadapi peristiwa yang menekan.

Ketercapaian *flourishing* juga ditandai dengan adanya hubungan relasi yang positif. Hubungan ini bisa antar keluarga, teman, pasangan, maupun lingkungan. Sehingga daripada itu dukungan sosial secara teori memiliki andil dalam ketercapaian konsep lima pilar PERMA *flourishing*. Seligman (2002) juga menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang paling konsisten mempengaruhi *flourishing*.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti ingin mengkaji permasalahan mengenai *mindset*, spiritual coping, dan dukungan sosial terhadap *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi covid-19. Adapun rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada peran antara *mindset*, spiritual coping, dan dukungan sosial terhadap *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi covid-19?”.

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dipaparkan, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan sebagai berikut:

1. Menguji interaksi variabel *mindset*, spiritual coping, dan dukungan sosial terhadap *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi *covid-19*.
2. Menguji interaksi variabel *mindset* terhadap *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi *covid-19*.
3. Menguji interaksi variabel spiritual coping terhadap *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi *covid-19*.
4. Menguji interaksi variabel dukungan sosial terhadap *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi *covid-19*.

C. Manfaat Penelitian

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Subjek/Citivas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang kaitan *mindset*, spiritual coping, dan dukungan sosial terhadap *flourishing* pada mahasiswa di tengah pandemi *Covid-19*.
2. Institusi perkuliahan, diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi terkait *flourishing* sehingga dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan *flourishing* para mahasiswa di tengah pandemi *Covid-19*.
3. Peneliti selanjutnya, dapat digunakan untuk menjadi acuan dalam melakukan penelitian.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berkaitan dengan *mindset*, spiritual coping, dan dukungan sosial dalam kaitannya terhadap *flourishing* belum banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Berikut ini merupakan tabel daftar penelitian sebelumnya beserta dengan letak perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti:

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti (Tahun)	Judul	Variabel	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
1	Handy Satria Yudha; Siti Urbayatun (2020)	<i>Theoretical study of flourishing: the role of perceived stress, social support, and coping strategy.</i>	Flourishing, Perceived stress, Social Support, Coping Strategy.	<ul style="list-style-type: none"> -Penelitian literatur review. Pencarian artikel ilmiah melalui media online seperti PubMed, Google Scholar, dan Science Direct. -Karakteristik artikel yang dipublikasikan antara tahun 2010-2020. Kata kunci pencarian artikel ini diantaranya: <i>perceived stress, social support, coping style, coping strategy, and flourishing</i>. - Artikel yang dipilih adalah artikel yang menggunakan 	Hasil penelitian menyatakan bahwa perceived stress, dukungan sosial, dan strategi coping memiliki peran penting dalam pembentukan kondisi <i>flourishing</i> .

				metode kuantitatif, kualitatif dan mix method. -Total artikel terpilih melalui serangkaian filterisasi adalah 13.	
2	Anindyah Sekarini, Nurul Hidayah, Elly Nur Hayati (2020)	<i>Konsep dasar flourishing dalam psikologi positif</i>	Flourishing,	-Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur. -Penelusuran pustaka dengan topik relevan sesuai dengan variabel terkait. -Membandingkan hasil penelitian satu dan lainnya, mencari kesamaan dan perbedaan dan meringkas.	Hasil penelitian ini mengemukakan bahwa terdapat empat konsep <i>flourishing</i> yang merupakan perkembangan empat tokoh yaitu Keyes, Huppert, dan So, Ed Diener dan Seligman. Masing-masing memiliki perbedaan pada setiap aspek, namun tetap dalam tujuan yang sama yaitu fokus pada optimalisasi potensi yang dimiliki manusia
3	Samar Fahd dan Rubina Hanif (2019)	<i>Emotion expressivity and psychological flourishing married individuals: Gender and type of marriage as moderators</i>	Flourishing, Emotion Expressivity	-Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan self report responses menggunakan Berkeley Expressivity Questionnaire dan Psychological Flourishing Scale. -Pada total sampel 591 individu yang sudah menikah (342 istri dan 249 suami). Rentang usia 21-80 tahun. -Analisis data menggunakan regresi linier dan moderasi	Hasil penelitian ini mengemukakan bahwa emotion expressivity berasosiasi dengan flourishing pada individu yang telah menikah. Emotion expressivity positif secara negatif mempengaruhi flourishing, pun juga dengan emotion expressivity negatif. Namun interaksi antara emotion expressivity dan gender berinteraksi dengan flourishing.

4	Jeni L Burnette, Laure E. Knouse, Dylan T. Vavra, Ernest O'Boyle, Milan A Brooks. (2020)	<i>Growth mindsets and psychological distress: A meta-analysis</i>	Mindsets, Psychological Distress	<p>-Menggunakan metode meta-analisis dengan artikel publikasi rentang tahun 1988-2019 berbahasa Inggris. Dengan jumlah artikel 17.692 terpilih 72 sampel.</p> <p>-Kata kunci mindset, psychological distress.</p>	Pada penelitian ini, ditemukan hubungan negatif dan kecil antara <i>mindset</i> bertumbuh dan psikologikal distress. Sebagai tambahan ada temuan hubungan positif antara <i>mindset</i> bertumbuh dengan nilai treatment dan coping aktif.
5	Andrea I. Alatorre, Rosalie V. DePaola, Gerald J. Haefel. (2020)	<i>Academic achievement and depressive symptoms: Are fixed mindsets distinct from negative attributional style?</i>	Mindset, Achievement, depressive symptoms	<p>-Menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan 130 pelajar (94 perempuan, 36 laki-laki) yang direkrut dari Universitas Midwestern US.</p> <p>-Seluruh sampel yang berjumlah 130 dianalisis menggunakan <i>statistical power analyses</i> dan dua variabel prediktor digunakan sebagai baseline.</p> <p>-Menggunakan Cognitive style Questionnaire, BDI, TOI, dan nilai rapot sebagai alat ukur.</p>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa teori <i>mindset</i> kecerdasan berbeda dengan gaya atribusi negatif. Namun, <i>mindset</i> kecerdasan yang diukur dengan TOI, tidak menunjukkan validitas prediktif atau tambahan dalam peningkatan hasil akademik dan penurunan depresi. Temuan ini menambah literatur bahwa mencoba mengubah teori <i>mindset</i> mengenai kecerdasan memiliki limitasi yang kecil.

6	Junlin Yu, Ros McLellan. (2020)	<i>Same mindset, different goals and motivational frameworks: Profiles of mindset-based meaning system</i>	Mindset, motivation, goals.	<p>-Menggunakan metode kuantitatif dengan sampel 535 siswa (295 perempuan, rentang usisa 14-16tahun)</p> <p>-Analisis diproses menggunakan 3 langkah. Pertama dengan memverifikasi struktur faktor dari variabel motivasi. Kemudian latent profile analysis. Terakhir, ketika seluruh profil solution sudah diketemukan,, dilakukan kembali analisis dengan LPA.</p>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak semua siswa dengan <i>mindset</i> bertumbuh hanya berfokus untuk menjadi mahir saja dalam suatu bidang, tetapi juga menerapkannya untuk mencapai sebuah tujuan. Sebagai tambahan, tidak semua siswa dengan <i>mindset</i> tetap tidak tertarik dengan kemahiran diri atau pembelaan diri, beberapa dari mereka hanya kurang tujuan dan motivasi.
7	Blake Victor Kent, W. Matthew Henderso n, Matt Bradshaw, Christopher G. Ellison, Bradley	<i>Do daily spiritual experiences moderate the effect of stressors on psychological well-being, depressive symptoms, flourishing</i>	Spiritual, stree, psychological well-being, depressive symptoms, flourishing	<p>-Menggunakan metode Smartphone-based experience sampling method (ESM). Studi ESM memiliki ciri khas yang mengumpulkan data dalam periode pendek.</p> <p>-Partisipan penelitian ini adalah individu yang terdaftar di SoulPulse.</p>	Hasil penelitian ini menemukan ada hubungan yang kuat antara stres, pengalaman spiritual sehari-hari, dan gejala depresi serta <i>flourishing</i> . Variabel-variabel tersebut juga menunjukkan dukungan substansial untuk peran moderasi pengalaman spiritual sehari-hari pada hubungan antar peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, gejala depresi dan <i>flourishing</i> .

R.E. Wright. (2020)	<i>sampling study of depressive symptoms and flourishing</i>	-Sebanyak 84.344 survey dilepas, namun hanya 59.969 yang selesai. -
---------------------------	--	--